

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Sepakbola merupakan cabang olahraga yang sangat digemari oleh semua lapisan masyarakat di Indonesia, baik di kota-kota maupun di desa-desa. Bahkan sekarang sepakbola digemari dan dimainkan oleh kaum wanita. Dewasa ini, permainan sepakbola bukan hanya sekedar hiburan atau pengisi waktu senggang, akan tetapi sudah dituntut untuk berprestasi setinggi-tingginya.

Mengingat kesenangan dan kecintaan masyarakat terhadap sepakbola, maka wajarlah bila para pembina sepakbola dituntut untuk terus membenahi diri dengan ilmu dan mencari pengalaman demi kemajuan sepakbola. Apalagi sekarang ini sepakbola bisa digunakan sebagai bisnis, mencari pekerjaan, dan juga digunakan sebagai propaganda bagi perusahaan atau instansi yang membutuhkan popularitas dari masyarakat sehingga selalu ingin memenuhi kehendak dan kegembiraan masyarakat melalui olahraga sepakbola.

Permainan sepakbola adalah cabang permainan beregu atau permainan team, untuk mencapai kerja sama team yang baik diperlukan pemain-pemain yang dapat menguasai semua bagian-bagian dan macam-macam teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola, sehingga dapat memainkan bola dalam segala posisi dan situasi dengan cepat, tepat, dan cermat, artinya tidak membuang-buang energi dan waktu (Sukatamsi, 1984 : 12).

Teknik dasar merupakan pondasi bagi seseorang untuk bermain sepakbola. Sedangkan pengertian teknik dasar itu sendiri adalah semua kegiatan yang mendasari sehingga dengan modal sedemikian itu sudah dapat bermain sepakbola (Sarumpaet, 1992 : 17). Menurut Sukatamsi (1984 : 34) bahwa :

Teknik dasar bermain sepakbola terdiri dari : 1) teknik tanpabola, diantaranya adalah : a) lari, b) melompat, c) gerak tipu tanpa bola, d) gerakan khusus penjaga gawang. 2) teknik dengan bola, diantaranya adalah : a) menendang bola, b) menerima bola, c) menggiring bola, d) menyundul bola, e) melempar bola, f) gerak tipu dengan bola, g) merampas atau merebut bola, dan h) teknik-teknik khusus penjaga gawang.

Dalam permainan sepakbola bila kita amati, menggiring bola merupakan gerakan yang sering dilakukan oleh pemain sepakbola.

Menggiring bola merupakan teknik dalam usaha memindahkan bola dari suatu daerah ke daerah lain pada saat permainan. Sedangkan tujuan dari menggiring bola adalah : 1) memindahkan permainan, 2) untuk melewati lawan, 3) untuk memancing lawan, 4) untuk memperlambat permainan (Sarumpaet, 1992 : 24-25).

Jadi menggiring bola tidak hanya membawa bola menyusuri tanah dan lurus ke depan melainkan menghadapi lawan yang jaraknya cukup dekat dan rapat. Hal ini menuntut seorang pemain untuk memiliki kemampuan menggiring bola dengan baik. Menggiring bola adalah membawa bola dengan kaki dengan tujuan melewati lawan, mencari kesempatan memberi umpan kepada kawan, dan untuk menahan bola tetap ada dalam penguasaan. Menggiring bola memerlukan keterampilan yang baik dan didukung dari unsur-unsur kondisi fisik yang baik pula.

Untuk meningkatkan dan mencapai prestasi yang setinggi-tingginya olahragawan menurut Sukatamsi (1984 : 11) haruslah memiliki 4 kelengkapan pokok yaitu : 1) pembinaan teknik, 2) pembinaan fisik, 3) pembinaan taktik, dan 4) kematangan juara.

Club Al-Jabbar adalah salah satu club sepakbola di Kabupaten Cirebon yang cukup berprestasi di kancah lokal, namun tidak demikian di tingkat Nasional. Dari hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan di Club Al-Jabbar Kabupaten Cirebon, berdasarkan data yang dimiliki pelatih Club Al-Jabbar pada tingkat kelincahan *dribbling* atletnya masih kurang maksimal. Hal ini menimbulkan permasalahan yang serius, mengingat pentingnya kelincahan *dribbling* yang harus dimiliki setiap atlet dalam permainan sepakbola.

Rendahnya tingkat kelincahan *dribbling* yang dimiliki oleh atlet sepakbola Club Al-Jabbar disebabkan beberapa faktor baik dari kondisi fisik maupun penguasaan teknik dasar *dribbling* sepakbola. Namun demikian, pembinaan fisik berupa latihan-latihan yang diterapkan dalam sesi latihan setiap pertemuannya masih bersifat umum sehingga menimbulkan kejenuhan pada diri atlet yang kentara pada setiap sesi latihan. Hal ini jika dibiarkan terus menerus maka akan berdampak buruk bagi prestasi atlet maupun prestasi Club Al-Jabbar Kabupaten Cirebon.

Untuk mengatasi masalah tersebut, pelatih di club sepak bola dituntut agar dapat memberikan latihan yang tepat agar para atletnya dapat menguasai semua

teknik dasar sepakbola dengan baik. Salah satu upaya nyata yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan program latihan yang mengacu pada kelincahan dan karakteristik gerak dasar *dribbling*.

Bertolak dari penjelasan di atas, peneliti terdorong untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pola Latihan Kelincahan terhadap Peningkatan Kelincahan *Dribbling* Atlet Sepakbola Club Al-Jabbar Kabupaten Cirebon”.

B. Identifikasi Masalah Penelitian

Dari hasil pemaparan latar belakang penelitian di atas mengenai pengaruh pola latihan kelincahan terhadap peningkatan kelincahan *dribbling* atlet sepakbola Club Al-Jabbar Kabupaten Cirebon, penulis dapat mengidentifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Atlet sepakbola Club Al-Jabbar Kabupaten Cirebon masih banyak yang belum menguasai teknik dasar sepakbola dengan benar, khususnya teknik dasar *dribbling*.
2. Kelincahan *dribbling* atlet sepakbola Club Al-Jabbar Kabupaten Cirebon masih kurang baik.
3. Belum diketahuinya pengaruh pola latihan kelincahan terhadap tingkat kelincahan *dribbling* atlet sepakbola Club Al-Jabbar Kabupaten Cirebon.

C. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan penjelasan latar belakang penelitian dan identifikasi masalah penelitian di atas, peneliti merumuskan masalah yang terdapat dalam penelitian ini adalah : Apakah terdapat pengaruh pola latihan kelincahan terhadap peningkatan kelincahan *dribbling* atlet sepakbola Club Al-Jabbar Kabupaten Cirebon?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pemaparan pada latar belakang penelitian, identifikasi masalah penelitian dan rumusan masalah penelitian, maka yang menjadi tujuan penelitian dalam penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran tentang pengaruh pola latihan kelincahan terhadap peningkatan kelincahan *dribbling* atlet sepakbola Club Al-Jabbar Kabupaten Cirebon.

E. Manfaat/Signifikansi Penelitian

Dari hasil penelitian ini, penulis harapkan dapat diambil manfaatnya yang berguna bagi Pembina, Pelatih, Atlet maupun praktisi olahraga sepakbola. Adapun manfaat penelitian ini adalah :

1. Secara praktis, memberikan gambaran yang kongkrit tentang pengaruh pola latihan kelincahan terhadap peningkatan kelincahan *dribbling* sepakbola bagi para pembina, pelatih, guru olahraga dan atlet sepakbola pada waktu latihan.
2. Secara teoritis, penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan untuk meningkatkan mutu para Guru olahraga, Pembina, Pelatih dan atlet sepakbola.

F. Struktur Organisasi

Dalam penulisan skripsi ini terdapat 5 (lima) bab yang di dalamnya tertuang beberapa sub bab dengan pemaparan atau penjelasannya masing-masing yang saling mendukung antara sub bab satu dengan lainnya sehingga menjadi satu kesatuan utuh. Struktur organisasi dalam penulisan skripsi ini adalah sebagai berikut :

BAB I PENDAHULUAN

- A. Latar Belakang Penelitian
- B. Identifikasi Masalah Penelitian
- C. Rumusan Masalah Penelitian
- D. Tujuan Penelitian
- E. Manfaat/Signifikansi Penelitian
- F. Struktur Organisasi Skripsi

BAB II KAJIAN PUSTAKA KERANGKA PEMIKIRAN DAN HIPOTESIS PENELITIAN

- A. Hakekat Sepakbola
- B. Keterampilan Dasar Sepakbola
- C. Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola
- D. Hakekat *Dribbling* dalam Sepakbola
- E. Kelincahan
- F. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kelincahan

G. Pola Latihan Kelincahan

H. Penelitian yang Relevan

I. Kerangka Pemikiran

J. Hipotesis Penelitian

BAB III METODE PENELITIAN

A. Metode dan Desain Penelitian

B. Populasi dan Sampel

C. Variabel Penelitian

D. Instrumen Penelitian

E. Prosedur Penelitian

F. Teknik Pengumpulan dan Analisis Data

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

B. Pembahasan Hasil Analisis Data

C. Kelemahan

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

B. Saran